

Pressemitteilung

SSG Königswinter
1. Vorsitzender
Dieter Nehring
Oelbergringweg 19
53639 Königswinter
Tel: 02223 / 21611

15.03.10

Neue Frauen-Laufgruppe bei der SSG Königswinter

Für Frauen, die mit dem Laufen beginnen wollen oder die nach längerer Pause der Wiedereinstieg reizt, bietet die SSG Königswinter nach den Osterferien ein neues Training an. Laufinstructor Irmgard Diekamp startet am Mittwoch, den 14. April mit der neuen Laufgruppe um 18 Uhr am Weiher in Heisterbacherrott, Nähe Spielplatz. Je nach Gruppengröße und Ambitionen der Teilnehmerinnen soll einmal in der Woche in der näheren Umgebung die eigene Fitness durch Laufen individuell verbessert werden. Lafschuhe und der Witterung entsprechende Kleidung sind mitzubringen. Außerdem sollte frau motiviert sein, in der Gruppe Spaß am Laufen zu bekommen und sich kontinuierlich zu steigern. Weitere Informationen erhalten Interessierte unter 0160-98427599.

Irmgard Diekamp freut sich auf zahlreiche Mitläuferinnen.

SSG Königswinter, 1. Vorsitzender: Dieter Nehring, Tel.: 02223/21611,
Presse: Barbara Hebchen, Tel. 0 22 44/87 05 32, Email: schmitz-hebchen@t-online.de